इकाई–1 योग सूत्र का परिचय, योग की परिभाषा

1.1 प्रस्तावना

योग विषय पर आजकल बहुत से विचार प्रस्तुत किए जा रहे हैं। आपने देखा होगा कि इस विषय पर पढ़ने के लिए प्रचुर मात्रा में आसानी से पाठ्य सामग्री भी उपलब्ध हो जाती है। आज यदि आवश्यकता है, तो वो इसके व्यवस्थित स्वरूप को जानने की है। जिसमें महर्षि पतंजलि कृत योगसूत्र का महत्त्वपूर्ण योगदान है। अधिक न कहे तो भी बिना योग सूत्र के भारतीय योग परम्परा को व्यवस्थित रूप में समझना लगभग असम्भव है। यहाँ प्रस्तुत इकाई में हम इसके स्वरूप को जानने का प्रयास करेंगे।

आज प्रायः योग को सही वस्तु–स्थिति को न समझ पाने के कारण कई सारे भ्रम उत्पन्न हो रहे हैं। लोग योग के ऐतिहासिक एवं दार्शनिक विकास क्रम को जाने बगैर मन–माने ढंग से इसकी व्याख्या कर रहे हैं। जो स्थिति को बहुत संवेदनशील बना रहा है। योग की विचारधारा को व्यवस्थित रूप में समझने के लिए यह अत्यावश्यक है, कि इसके ऐतिहासिक और दार्शनिक पक्षों को सही रूप में समझा जाए तभी हम इस क्षेत्र में अपना महत्त्वपूर्ण योगदान दे सकेंगे। प्रस्तुत इकाई के माध्यम से हम आशा करेंगे कि आप तक योग सूत्र से सम्बन्धित व्यवस्थित और प्रमाणिक जानकारी प्राप्त कर सकेगें साथ ही आप योगसूत्र के और अध्ययन के लिए प्रेरित भी होगें।

1.2 उद्देश्य

इस इकाई का अध्ययन करने के पश्चात आप इस योग्य हो जायेंगे कि–

- भारतीय परम्परा में योग के स्वरूप और महत्त्व से परिचित हो सकेंगे।
- योग के अद्वितीय ग्रन्थ–योगसूत्र का परिचय पा सकेंगे।

- योग की परिभाषाएं जानने का प्रयास करेंगे और इसकी व्यापकता पर प्रकाश डाल पायेंगे।
- योग की दार्शनिक पृष्ठभूमि का सामान्य परिचय पा सकेंगे।

1.3 भारतीय परम्परा में योग का स्वरूप

भारतीय परम्परा में योग के स्वरूप को जानने के लिए हमें भारतीय परम्परा के विभिन्न आयामों पर विचार करना होगा। जिसमें भारतीय परम्परा को जानने और समझने के लिए आवश्यक सामाग्री मिल सके। इसके लिए इस परम्परा के ऐतिहासिक और दार्शनिक विकास पर एक दृष्टि डालनी होगी। आइए इसे क्रम से समझने का प्रयास करें।

1.3.1 ऐतिहासिक सन्दर्भों में योग :

भारतीय परम्परा का इतिहास विश्व का सबसे प्राचीन इतिहास रहा है। आप जानते होंगे कि सिन्धु घाटी की सभ्यता विभिन्न दृष्टिकोणों से विश्व की प्राचीनतम सभ्यता रही है। 1921–1922 में हुई खुदाई के आधार पर हमने भारतीय परम्परा के विकास की ऐतिहासिक जानकारियां हासिल की। जिनके आधार पर हम उस सभ्यता के खान–पान, रहन–सहन आदि व्यवस्थाओं को जान सके। ये खुदाई भारत के (हड़प्पा और मोहनजोदड़ो) पंजाब, राजस्थान, गुजरात आदि क्षेत्रों में हुई। उत्खनन से प्राप्त सभी सामाग्रियां विभिन्न दृष्टिकोणों से महत्त्वपूर्ण साबित हुई।

यहां पर हमारा उद्देश्य अन्य पहलुओं पर विचार न करके केवल योग सम्बन्धी सामाग्री पर अपना ध्यान केन्द्रित करना है। उत्खनन से प्राप्त अवशेषों से यह बात सामने आयी है कि सिन्धु घाटी की सभ्यता से ही योग मानव जीवन का एक महत्त्वपूर्ण अंग था। कई सारी ध्यानमुद्रा में स्थित मूर्तियाँ इस ओर इशारा करती है कि उस समय के लोगों को योग के विभिन्न पहलू ज्ञात थे। कई अवशेष विभिन्न आसनों की ओर भी संकेत करते हैं। जो कि यौगिक अभ्यासों का बहुत ही आवश्यक अंग है।


चित्र : 1


चित्र : 2

हड़प्पा और मोहनजोदड़ो का खुदाई से प्राप्त ध्यानमुद्रा में स्थित मूर्तियाँ

इसके अतिरिक्त योग के आदि प्रवर्तक को लेकर भी कई सारे विवाद सामने आते हैं। महाभारत के अनुसार सांख्य के आदि वक्ता कपिल और योग के हिरण्यगर्भ हैं। अब समस्या यह आती है, कि ये हिरण्यगर्भ कौन थे? जिस प्रश्न का अभी तक कोई सर्वसम्मति से समुचित उत्तर नही मिल पाया है। समस्या तब और गंभीर हो जाती है जब हम हिरण्यगर्भ के द्वारा रचित कोई भी योग शास्त्र का ग्रन्थ नहीं पाते हैं। कुछ विद्वानों का मानना है, कि हिरण्यगर्भ कोई ऋषि थे जिन्होंने योग का प्रथम उपदेश किया और बाद में अन्य अन्य आचार्यों ने अपने अपने योग परक ग्रन्थों में उन्हीं की योग प्रणाली का विस्तार से विचार किया। अन्ततः पतंजलि भी इसी क्रम में आगे अपने योगसूत्रों की रचना उनके समय में उपलब्ध योग प्रणालियों के आधार पर करते हैं। इसी कारण पतंजलि को योगसूत्र का सम्पादक या संकलनकर्त्ता कहा जाता है। परन्तु अपने योगसूत्र में वे हिरण्यगर्भ नामक किसी व्यक्ति विशेष का नाम नहीं लेते हैं। जो भी हो हिरण्यगर्भ को योग के आदि वक्ता और उपदेशकर्त्ता के रूप में जाना जाता है। यहाँ तक कि कुछ विद्वान तो उनके द्वारा रचित हिरण्यगर्भ योगशास्त्र का भी वर्णन करते हैं। इस दृष्टि से हिरण्यगर्भ ही एक मात्र पहले ऋषि हुए जिन्होंने योग की आधार शिला रखने मे अग्रज की भूमिका निभाई।

पातंजल योगसूत्र के बाद स्पष्ट रूप से हमें कोई अन्य ग्रन्थ प्राप्त नही होता जिसके द्वारा योग का व्यवस्थित स्वरूप प्राप्त किया जा सके। इस प्रकार महाभारत आदि प्राचीन ग्रन्थों के आधार पर एवं साथ ही पुरातात्विक उत्खनन के तथ्यों को जानने के बाद योग की ऐतिहासिक स्थिति बहुत स्पष्ट हो जाती है।

1.3.2 दार्शनिक सन्दर्भो में योग :

भारतीय दार्शनिक विचारधाराओं में योग हमेशा एक केन्द्रीय अवयव के रूप में रहा है। यदि योग के दार्शनिक पक्ष को विचार किया जाए तो हम देखेंगे कि भारतीय दार्शनिक विचारधाराओं ने इसके विकास मे महत्त्वपूर्ण भूमिका निभायी है। सर्वप्रथम यदि वैदिक विचारधाराओं पर दृष्टि डाले तो योग की स्पष्ट छवि हमें वहाँ देखने को मिलती है। विद्वानों का मानना है, कि योग का उल्लेख ऋग्वेद, यजुर्वेद और अथर्ववेद में अनेक स्थानों पर हुआ है। इनमें कुछ स्थल तो योग साधना का स्पष्ट संकेत करते हैं–

उदाहरण के लिए–

(क) यस्मादृते न सिध्यति यज्ञो विपश्चितश्चन।

स धीनां योगमिन्वति।। (ऋक् संहिता, मण्डल 1, सूक्त 18, मन्त्र 7)

(ख) स घा नो योग आभुवत् स राये स पुरंध्याम्।

गमद वाजेभिरा स नः।। (ऋक् संहिता, 1/5/3, सामवेद संहिता 1/2/10/3, अथर्ववेद 20/69/1)

(ग) योगे योगे तवस्तरं वाजे वाजे हवामहे।

सखय इन्द्रमूतये।। (ऋक् संहिता, 1/30/7, शुक्ल यजुर्वेद, 1/14, सामवेद, 1/2/11/1, अथर्ववेद, 20/26/1)

इन मन्त्रों में 'योग' शब्द निश्चय ही चित्त की किसी न किसी प्रकार की एकाग्रता की अभिव्यक्ति कर रहा है। इस प्रकार सांकेतिक रूप से योग का स्वरूप प्रत्यक्षतः और अप्रत्यक्षतः वेदों में दिखाई देता है। हमारे सभी दर्शन वेदों से अपनी प्रामाणिकता सिद्ध

करते हैं। ठीक इसी प्रकार योग के साक्ष्य वेदों में मिलने के कारण हम कह सकते हैं कि योग भी वेद–सम्मत है।

इसके अतिरिक्त योग अन्य दर्शनों में भी विस्तार से देखने को मिलता है। बौद्ध, जैन आदि अवैदिक कहे जाने वाले दर्शनों में भी योग के साक्ष्य मिलते हैं। यहाँ हम यह भी कह सकते हैं, कि जिस दर्शन में साधना है, वहाँ साधना के केन्द्र में योग है। योग प्रत्येक दर्शन की उपासना पद्धति का महत्त्वपूर्ण अंग है। इसलिए विभिन्न दर्शनों का अध्ययन करते हुए इसकी उपेक्षा नहीं की जा सकती।

अभ्यास प्रश्न भाग–1

1. अति लघु उत्तरीय प्रश्न–

   (क) विश्व की किस प्राचीन सभ्यता में योग के साक्ष्य मिलते हैं?

   (ख) योग के प्रथम उपदेष्टा किसे कहा जाता है?

   (ग) योग से सम्बन्धित जानकारी सर्वप्रथम किस प्राचीनतम ग्रन्थ में मिलती है?

2. रिक्त स्थानों की पूर्ति करें।

   (क) सांख्य दर्शन के प्रथम उपदेशक .... हैं।

   (ख) .... में योग दर्शन को व्यवस्थित रूप प्रदान किया गया।

1.4 योगसूत्र का परिचय

आप जानते होंगे कि भारत में बहुत से सूत्र ग्रन्थ लिखे गए, जिनमें सार–रूप में बहुत सी जानकारियाँ उपलब्ध होती हैं। इन ग्रन्थों की अपनी एक परम्परा है। योग सूत्र भी इन्हीं सूत्र ग्रन्थ परम्परा का एक हिस्सा है। जिसमें योग परक विभिन्न दार्शनिक सिद्धान्तों को सार रूप में प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया है। यहाँ योग सूत्र का विस्तृत परिचय पाने के लिए हम इसका अध्ययन बिन्दुवार करेंगे। जिससे योग सूत्र की सामान्य और प्रामाणिक जानकारी मिल पाएगी।

1.4.1 योग सूत्र के प्रणेता : पतंजलि :

योग सूत्र के विद्यार्थियों के लिए यह बहुत ही आवश्यक है कि योग सूत्र का अध्ययन करने के साथ–साथ वे इसके संकलनकर्त्ता महर्षि पतंजलि के विषय में भी जाने। पतंजलि का परिचय दिए बिना योग सूत्र पर विचार करना निरर्थक होगा। इस कारण यहां पर हम प्रयास करेंगे कि विभिन्न प्रामाणिक शोधों के आधार पतंजलि विषय में क्या जानकारी उपलब्ध होती है।

कुछ लोगों का मानना है, कि पतंजलि नाम के बहुत से व्यक्ति हमारे प्राचीन इतिहास में हुए होंगे जिनको लेकर हमेशा से मतवाद होता रहा है। यहां हम इस पर अधिक विचार न कर केवल प्रामाणिक सन्दर्भों के आधार पर पतंजलि के व्यक्तित्व का ऐतिहासिक वृत्त जानने का प्रयास करेंगे। विद्वानों के अनुसार विभिन्न कालों में हुए पतंजलि नाम के आचार्य या फिर पतंजलि का विवरण मुख्य रूप से तीन सन्दर्भों में मिलता है–

1. योग सूत्र के रचयिता।
2. पाणिनी व्याकरण के महाभाष्यकार।
3. आयुर्वेद के किसी संदेहास्पद ग्रन्थ के रचयिता।

इस विषय पर एक बड़ा सुन्दर और लोकप्रिय श्लोक भी प्राप्त होता है–

योगेन चित्तस्य पदेन वाचा मलं शरीरस्य च वैधकेन।
योपारोक्तं प्रवरं मुनीनां पतंजलिर्नप्रान्जलिर्नतोऽस्मि।।

अर्थात् मैं करबद्ध होकर ऐसे पतंजलि मुनि को प्रणाम करता हूँ, जिन्होंने योग के द्वारा चित्त शुद्धि, व्याकरण के द्वारा वचन शुद्धि और आयुर्वेद के द्वारा शरीर शुद्धि का उपाय बताया। इस प्रकार प्रचलित मान्यता में इन तीनों कार्यों के श्रेय पतंजलि को ही जाता है। यह मान्यता बहुत प्राचीन समय से चली आ रही है, जिसे भर्तृहरि, समुद्रगुप्त, भोजराज आदि ने अनेक बार दोहराया है।

अन्य विद्वानों के मत में पतंजलि को गोनर्दीय कहकर उनको उत्तर प्रदेश राज्य के अन्तर्गत गोण्डा का निवासी भी बताया है। वहीं दूसरी ओर एक अन्य प्रचलित मान्यता के आधार पर इन्हें शेषनाग का अवतार बताया जाता है। इस सन्दर्भ में विद्वानों को मानना है कि ये कश्मीर में रहनें वाले नागू जाति के ब्राह्मणों के बीच पैदा हुए थे और मुखिया थे। अद्‌भुत शास्त्रज्ञान और विभिन्न भाषाओं के प्रकाण्ड विद्वान पण्डित होने के कारण इनको सहस्रजिव्हत्व (एक हजार जीभ वाला) की कल्पना में शेषावतार के रूप में प्रसिद्धि मिल गयी होगी। इसी कारण कुछ स्थानों पर ऐसा विवरण भी मिलता है कि पतंजलि अपने शिष्यों को पर्दे के पीछे छिपकर पढ़ाते थे, और शिष्यों के लिए कड़ा निर्देश था कि पर्दे को उठाकर न देखा जाए। इस दुःसाहस का बड़ा गंभीर परिणाम हो सकता है। एक दिन अत्यन्त जिज्ञासावश एक शिष्य ने दुःसाहस कर दिया और पतंजलि ने क्रुद्ध होकर अपनी एक हजार जिव्हाओं से अग्नि फेंककर सब कुछ नष्ट कर दिया। भाग्यवश एक शिष्य वहाँ से बचकर भाग गया जिसके बाद में उनके द्वारा दिए गए उपदेशों का संग्रह किया।

एक किंवदन्ती के अनुसार ऐसा ज्ञात होता है, कि प्रातःकाल नदी में अचानक से सूर्य के अर्घ्य देते समय कोई बालक एक ब्राह्मण के अंजलि में आ गया और उस दृष्टान्त के कारण इनका नाम पतंजलि पड़ गया। बाद में उसी ब्राह्मण के यहां इनकी शिक्षा–दीक्षा हुई। कुछ विद्वान इन्हें शुंगवंशीय महाराज पुष्यमित्र के दरबारी पण्डित के रूप में भी बताते हैं। इस आधार पर इनका समय द्वितीय शताब्दी ईसा पूर्व (2 Century B.C.) निर्णय किया जाता है। हालांकि इनके समय के विषय में भी स्थिति स्पष्ट नहीं होती है लेकिन फिर भी अधिक से अधिक सन्दर्भ हमें यही समय बताते हैं।



चित्र : 3 महर्षि पतंजलि

इन सभी तथ्यों को जानने के बाद आपके लिए यह बहुत ही महत्त्वपूर्ण जानकारी है कि पतंजलि, योग सूत्र के मूल लेखक नहीं अपितु संकलनकर्त्ता माने जाते हैं। विद्वानों का ऐसा मानना भी है, कि उन्होंने अपने समय में प्रचलित योग की विभिन्न पद्धतियों का संग्रह कर उनको सूत्रात्मक रूप में अपने ग्रन्थ में संग्रहित किया। सूत्र का यह लक्षण भी होता है, कि वह कम से कम शब्दों में बिना कोई सन्देह उत्पन्न किए बहुत बड़े सिद्धान्त को भी अपने में समेट ले। जो हमें पतंजलि कृत योग सूत्रों को देखने से पता चल जाता है।

1.4.2 योग सूत्र का ऐतिहासिक महत्त्व एवं स्वरूप :

आप अब तक जान चुके होंगे कि विभिन्न ऐतिहासिक साक्ष्य योग की प्राचीनता को बताते हैं। उसी प्रकार यदि दार्शनिक सन्दर्भों में देखा जाए तो योग का अपना दार्शनिक महत्त्व भी है। हमारा अध्ययन यहाँ योग सूत्र को केन्द्र में रखकर किया जा रहा है। जिसमें जो महत्त्वपूर्ण बात हम देखते हैं वह यह है, कि जहां पर भी योग दर्शन की बात की जाती है, वहां योग सूत्र ही दिखाई देता है। इसका सीधा सा कारण अब तक आप लोग भी समझ गए होंगे और वह यह है कि एक मात्र पतंजलि ही ऐसे व्यक्ति थे जिन्होंने योग को व्यवस्थित स्वरूप देकर अपने ग्रन्थ के माध्यम से सूत्र रूप में संकलित किया। जिसके कारण अन्य दार्शनिक विचारधाराओं में योग की स्थिति को जानने में बहुत सहायता मिली। ऐतिहासिक दृष्टिकोण से योग सूत्र की प्राचीनता स्पष्ट रूप से बता दी गयी है। यदि बिना किसी विवाद में उलझे योग सूत्र का काल दूसरी शताब्दी ईसा पूर्व निर्धारित किया जाए तो अन्य दर्शन जो कि इसके बाद विकसित हुए, उन पर इसका स्पष्ट प्रभाव देखा जा सकता है।

ऐतिहासिक रूप से सांख्य दर्शन को योग से पहले बताया जाता है, परन्तु यह भी निर्विवाद रूप से सत्य है, कि योग सांख्य दर्शन का क्रियात्मक पक्ष प्रस्तुत करता है। जिसके कारण कभी–कभी दोनों दर्शनों को एक दूसरे का पूरक या समान तन्त्र भी कहा जाता है। दोनों ही दर्शन एक दूसरे से काफी समानता रखते हैं। इस विषय पर विभिन्न दर्शन ग्रन्थों में विस्तृत चर्चा मिलती है। तथा इस ग्रन्थ पर अनेक टीकायें भी प्राप्त होती हैं। अतः योग सूत्र के महत्त्व को अधिक गहराई से जानने के लिए आपको यह जानना भी आवश्यक है कि उस पर कितनी टीकाएं उपलब्ध है। इनके आधार पर हम इस ओर स्पष्ट संकेत कर सकते हैं कि योग सूत्र की लोकप्रियता और महत्त्व कभी कम नहीं रहा। जिसके कारण हर काल में इस पर भिन्न–भिन्न रूपों में व्याख्यायें सामने आती हैं। ये सारी व्याख्याएं योग सूत्र के अर्थों को स्पष्ट करने के लिए हैं। जिनके माध्यम से सूत्र रूप में लिखी व्यापक सैद्धान्तिक जानकारी को और अधिक स्पष्ट रूप से समझा जा सके।

यदि आप योग सूत्र के इतिहास पर दृष्टि डालें तो पतंजलि के सूत्रों के पश्चात जिस रचना को सर्वाधिक प्रसिद्धि मिली वह थी–व्यास भाष्य। व्यास भाष्य, व्यास के द्वारा योग सूत्र की प्रथम टीका या व्याख्या थी। जिसमें योग सूत्र के शास्त्रीय और व्यावहारिक ज्ञान पर विस्तृत प्रकाश डाला गया है। इस भाष्य को 'योग भाष्य', 'व्यास भाष्य', 'पातंजल भाष्य' और 'सांख्य प्रवचन भाष्य' आदि नामों से जाना जाता है। हालांकि इस बात पर बहुत से विवाद अभी तक बने हुए हैं, कि ये व्यास कौन थे–वेद व्यास या ब्रह्मसूत्रकार बादरायण व्यास? हम यहाँ इन प्रश्नों में न उलझकर केवल यह जानने का प्रयास करेंगे कि ऐतिहासिक दृष्टि से इसका क्या महत्त्व है। यह बात अब तक आपको स्पष्ट हो गयी होगी कि पातंजल योग सूत्र पर पहली टीका व्यास द्वारा लिखी गयी। इसमें योग सूत्र में आए विभिन्न सैद्धान्तिक पक्षों पर विस्तार से चर्चा की गयी है। इसका महत्त्व भी इसी से स्पष्ट

हो जाता है कि इसके बाद की सभी रचनाओं मे कहीं न कहीं इसी का अनुसरण करके व्याख्याएं प्रस्तुत की गयी है।

काल की दृष्टि से विद्वानों ने इसे दूसरी शताब्दी ई0 (2nd Century AD) के समय का माना है। जिससे स्पष्ट होता है, कि व्यास की यह रचना योग सूत्र पर पहला उपदेश थी क्योंकि अन्य सारी रचनाएं इस समय के बाद की ही मिलती हैं। यहां आप यह बात भी समझ लें समय के विषय में उक्त जानकारी अभी तक विवादों के घेरे में हैं परन्तु प्रचलित मान्यताओं के आधार पर यही सही समय लगता है, जिससे व्यास भाष्य की रचना हुई।

व्यास के बाद योग सूत्र पर अन्य रचना वाचस्पति मिश्र की 'तत्त्व वैशारदी' उपलब्ध होती है। वाचस्पति मिश्र का समय 10वीं शताब्दी के उत्तरार्द्ध का माना जाता है। इस प्रकार व्यास के कई शताब्दियों बाद योग सूत्र पर दूसरी रचना उपलब्ध होता है। वाचस्पति मिश्र ने अपनी टीका में व्यास के द्वारा दी गयी व्याख्या को और अधिक स्पष्ट किया है, और साथ ही कई अन्य महत्त्वपूर्ण सिद्धान्तों की भी विवेचना की है।

वाचस्पति मिश्र के ठीक बाद लगभग 11वीं शताब्दी में धार के राजा भोजदेव ने योग सूत्र पर अपनी टीका लिखी। जिसे भोजवृत्ति के नाम से जाना जाता है। इसके अतिरिक्त भावागणेश ने 17वीं शताब्दी में एक और टीका लिखी। तथा नागोजी भट्ट (17वीं शताब्दी), रामानन्दयति और नारायण तीर्थ (18वीं शताब्दी) आदि ने भी टीकाएं लिखीं।

आजकल उपलब्ध टीकाओं में स्वामी हरिहरानन्द अरण्य की 'भास्वती' नामक टीका काफी प्रसिद्ध है। इसके अलावा अंग्रेजी अनुवाद में गंगानाथ झा, राजेन्द्र लाल मिश्र और जे.एच. वुड्स ने भी बड़ा सराहनीय कार्य किया है।

इन सभी विषयों को जानने के बाद आप लोग योग सूत्र के ऐतिहासिक स्वरूप और इसके महत्त्व से भली भांति परिचित हो गए होंगे। इन सारे विषयों पर जानकारी देने का उद्देश्य केवल इतना था कि आप लोग योग सूत्र से सम्बन्धित प्रामाणिक जानकारी प्राप्त कर सकें और यदि भविष्य में इसका विशेष अध्ययन करना चाहें तो उक्त ग्रन्थों के अध्ययन से लाभान्वित हो सकें।

1.4.3 योग सूत्र की विषय वस्तु :

जैसा कि आप सभी लोग जान गए होंगे कि योग सूत्र योग के विभिन्न बड़े–बड़े सिद्धान्तों और विषयों पर लिखा गया संक्षिप्त प्रस्तुतीकरण है। जिसमें अल्प शब्दों बिना किसी संशय के योग के बड़े–बड़े दार्शनिक विचारों को बड़े ही सरल, प्रामाणिक और व्यवस्थित ढंग से प्रस्तुत किया गया है। इसके विषयों को चार अध्यायों के अन्तर्गत रखा गया है जिन्हें 'पाद' की संज्ञा दी है–

1. समाधि पाद
2. साधन पाद
3. विभूति पाद
4. कैवल्य पाद

समाधि पाद में 51, साधन पाद में 55, विभूति पद में 55 और कैवल्य पाद में 34 सूत्र हैं। कुल मिलाकर सम्पूर्ण योग सूत्र में 195 सूत्रों में उपलब्ध होता है। विषय के अनुसार इन्हीं 195 सूत्रों में योग के विभिन्न विषय संक्षिप्त रूप में समझाए गए हैं जिन्हें समझने के लिए हम उपलब्ध टीकाओं और अनुवादों का सहारा लेते हैं। वह तो पहले ही बताया जा चुका है कि योग सांख्य का व्यावहारिक रूप बताता है। सांख्य यदि दर्शन है, तो योग उसका

प्रायोगिक स्वरूप बताता है। इन्हीं विषयों को लेकर योग सूत्र के चारों पादों या अध्यायों में विस्तृत चर्चा मिलती है। विषय की दृष्टि से चारों अध्यायों की विषय वस्तु को संक्षिप्त रूप से कुछ इस प्रकार समझ सकते हैं–

समाधि पाद – समाधि पाद के अन्तर्गत, समाधि से सम्बन्धित मुख्य–मुख्य विषयों को लिया गया है। जैसा कि आप नाम से ही समझ रहे होंगे। समाधि से सम्बन्धित सभी दार्शनिक सिद्धान्तों और विषयों को इस अध्याय के अन्तर्गत बड़े ही व्यवस्थित क्रम में बताकर बाद में समाधि की स्थिति को प्राप्त करने के लिए यौगिक पद्धतियों का वर्णन भी मिलता है।

इस अध्याय में सर्वप्रथम योग की परिभाषा बताई गयी है जो कि चित्त की वृत्तियों का सभी प्रकार से निरुद्ध होने की स्थिति का नाम है। यहां पर भाष्यों के अन्तर्गत यह भी स्पष्ट कर दिया गया है कि यह योग समाधि है। समाधि के आगे दो भेद– सम्प्रज्ञात और असम्प्रज्ञात बताए गए हैं। जिनको बाद में विस्तार से जानकारी दी गयी है। दोनों ही प्रकार की समाधियों के आन्तर भेदों को भी विस्तार पूर्वक समझाने का प्रयास किया गया है। समाधि की स्थिति को प्राप्त करने के साधनों के विषय में भी विस्तार से चर्चा की गयी है। इसके लिए सर्वप्रथम अभ्यास और वैराग्य के नाम से दो साधन बताए गए हैं। (अभ्यास और वैरग्य का विस्तृत विवेचन चतुर्थ ईकाइ में किया जायेगा) विद्वानों के अनुसार इस अध्याय के अन्तर्गत बताए अभ्यास सामान्य योगाभ्यासी के लिए नहीं अपितु उच्च कोटि के अधिकारी के लिए है। जिनका चित्त पहले से ही स्थिर हो चुका है, उन्हीं को ध्यान में रखकर यहाँ अभ्यासों की चर्चा की गयी है। कई सारे अभ्यास दिखने में जितने आसान प्रतीत होते हैं करने में उतने ही कठिन है।

ईश्वर प्रणिधान या ईश्वर भक्ति (ईश्वर प्रणिधान का विस्तृत विवेचन चतुर्थ ईकाइ में किया जायेगा) और ईश्वर के स्वरूप की चर्चा भी इसी अध्याय के अन्तर्गत की गयी है। ईश्वर वर्णन के कारण ही कभी–कभी सांख्य और योग में अन्तर किया जाता है। सांख्य जहां ईश्वर का वर्णन नहीं करता वहीं योग (पातंजल योग) ईश्वर का वर्णन करने के कारण कभी–कभी सेश्वर–सांख्य के नाम से जाना जाता है।

इस प्रकार विभिन्न विषयों की विस्तार से चर्चा करने के साथ–साथ योग के दार्शनिक स्वरूप को बड़े ही सुन्दर ढंग से रखने का प्रयास समाधि पाद के अन्तर्गत किया गया है। चित्त से लेकर समाधि के भेद–प्रभेद एवं चित्त निरोध आदि के उपाय आदि भी इसी अध्याय के अन्तर्गत समझाए गए हैं। जिनके अध्ययन के बाद आपको योग की दार्शनिक पृष्ठभूमि का आकलन स्वतः ही लग जाएगा। इसी अध्याय के अन्तर्गत यदि सूक्ष्म अध्ययन किया जाए तो योग के विभिन्न विषय जो बचे हुए 3 पादों में आने वाले हैं, उनका भी स्पष्ट–अस्पष्ट चित्र दिखाई दे जाता है।

साधन पाद – साधन पाद के अन्तर्गत योग को प्राप्त करने के लिए विभिन्न उपाय आदि बताये गए हैं। भाष्यकारों के अनुसार पहले अध्याय अर्थात् समाधि पाद के अन्तर्गत बताए गए अभ्यास उत्तम अधिकार प्राप्त योगियों के लिए उपयुक्त है। जबकि मध्यम और साधारण अधिकारी उन अभ्यासों को करने में सक्षम नहीं है। इसी को ध्यान में रखकर इस अध्याय के प्रारम्भ में यह स्पष्ट कर दिया है कि मध्यम अधिकारी के लिए क्रिया योग ही सर्वोत्तम साधन है। क्रिया योग के अन्तर्गत तप, स्वाध्याय और ईश्वर प्रणिधान का समावेश किया है। इसी की विस्तृत चर्चा के साथ इस अध्याय की शुरुआत होती है। पंचक्लेशों की विस्तृत चर्चा भी इसी अध्याय के अन्तर्गत मिलती है। यह आपको पहले भी बताया जा चुका है कि क्लेशों की पूर्ण निवृत्ति ही योग का साधन बनता है। बिना इनकी निवृत्ति के योग सम्भव

नहीं। इसी अध्याय के अन्तर्गत आपको आगे चलकर अष्टांग योग की भी चर्चा मिलेगी जिसे साधारण अधिकारी के लिए अति उत्तम साधन माना गया है। अष्टांग योग के अन्तर्गत यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि का समावेश किया गया है। अष्टांग योग सर्वाधिक प्रचलित साधना पद्धति है जिसको योग विषयक लगभग सभी अध्ययनों में देखा जा सकता है।

अष्टांग योग के विभिन्न अंगों की विवेचना के साथ–साथ यहां उनसे प्राप्त होने वाली सिद्धियों का भी वर्णन किया गया है। जिसके कारण यहाँ प्राप्त होने वाले अष्टांग योग के वर्णन की तुलना किसी अन्य स्थल से नहीं की जा सकती है। इस अध्याय के अन्तर्गत विभिन्न दार्शनिक विषयों का भी वर्णन किया गया है। जिसमें 'दृष्टा' और 'दृश्य' प्रमुख हैं। दृष्टा यहां पुरुष को एवं दृश्य प्रकृति को कहा गया है। इन दोनों में विवेक ज्ञान हो जाना ही योग की प्राप्ति कराता है। इन दोनों की मिली हुई अवस्था के कारण ही अविद्या की स्थिति बनी रहती है। इसके अतिरिक्त 'चतुर्व्युहवाद' की भी स्पष्ट विवेचना इसी अध्याय के अन्तर्गत आती है। हेय–दुःख का वर्णन, हेय–हेतु–दुःख के कारण का वर्णन, हान–मोक्ष का स्वरूप और हानोपाय–मोक्ष प्राप्ति का उपाय सम्मिलित है। इस प्रकार यह अध्याय स्वयं में पूर्ण रूप से योग के विभिन्न दार्शनिक पहलुओं पर विस्तृत विचार प्रस्तुत करता है। कर्मफल का सिद्धान्त भी इसी अध्याय के अन्तर्गत आता है। इन सभी विषयों का ठीक प्रकार से समावेश होने के कारण इस अध्याय का नाम साधन पाद बहुत ठीक जान पड़ता है।

विभूति पाद – धारणा, ध्यान और समाधि के वर्णन से शुरु होने वाले इस अध्याय के अन्तर्गत बड़े ही रहस्यास्पद एवं रोचक विषयों का समावेश देखने को मिलता है। यहां दार्शनिक विषयों का उल्लेख पहले के अध्यायों की अपेक्षा बहुत कम देखने को मिलता है। फिर भी, दार्शनिक दृष्टि से इस अध्याय का भी महत्त्व कम नहीं है। दार्शनिक विषयों में धर्म, धर्मी आदि का स्वरूप, चित्त के परिणाम आदि की विवेचना मिलती है। इसके साथ–साथ धारणा, ध्यान और समाधि को यहां सम्मिलित रूप से 'संयम' के रूप में बताया गया है। 'संयम' योग सूत्र की पारिभाषिक शब्दावली का प्रमुख अंग है। सामान्यतया संयम का अर्थ नियंत्रण से होता है, परन्तु यहां इसका प्रयोग की धारणा, ध्यान और समाधि के सम्मिश्रण को बताया है।

इन सभी विषयों के साथ–साथ इस अध्याय का प्रमुख विषय संयमजनित विभूतियों का वर्णन है। जिस कारण इस अध्याय का नाम विभूति पाद रखा गया है। विभूति का अर्थ यहां पर सिद्धियों से ही है। जो योग की अन्तरंग अवस्था में जाकर संयम का परिणाम बताई गयी है। उदाहरण के रूप में चन्द्रमा में संयम करने से तारों का ज्ञान, ध्रुव तारे में संयम करने से तारों की गति का ज्ञान, सूर्य में संयम करने से भुवनों का ज्ञान, कण्ठ–कूप में संयम करने से भूख–प्यास की निवृत्ति आदि–आदि विभिन्न सिद्धियॉ और विभूतियाँ संयम के परिणाम से प्रकट होनी बताई गयी है। इस प्रकार इन सब विषयों के समावेश के कारण यह अध्याय अपने आप में बड़े ही रोचक ढंग से योग दर्शन की प्रस्तुति करता है। इस आशय से विभूति पाद नामक यह अध्याय अपने नाम के अनुसार अपने विषयों को भली–भांति प्रस्तुत करता है। यहाँ एक और बात बहुत ध्यान देन योग्य है, कि इन सब विभूतियों का वर्णन करने के साथ–साथ यहाँ यह भी स्पष्ट कर दिया गया है, कि यह सारी विभूतियाँ, सिद्धियाँ योग मार्ग में बाधक है। इनका साधन नहीं करना चाहिए अन्यथा योग का वास्तविक लक्ष्य समाधि को पाना संभव नहीं है। यह सारी विभूतियाँ तो केवल

योग मार्ग में हमारी सही–सही स्थिति को बताती है। जिससे हम योग मार्ग में बिना किसी संदेह के आगे बढ़ सकें।

कैवल्य पाद – जैसा कि इसके नाम से ही प्रतीत हो रहा है, कि यह अध्याय योग के चरम लक्ष्य 'कैवल्य' की स्थिति को बताने वाला है। इस अध्याय के अन्तर्गत भी योग के दार्शनिक स्वरूप पर विस्तृत चर्चा देखने को मिलती है।

इस अध्याय की शुरुआत पांच प्रकार से प्राप्त होने वाली सिद्धियों के वर्णन से होती है जिसमें बताया गया है कि सिद्धियाँ जन्म से, औषधि से, मन्त्र से, तप से और समाधि के द्वारा मिलती है। जिसमें बाद में समाधि जन्य सिद्धि को शुद्ध माना है। जिसका कारण बताया गया है कि समाधि में वासनाजन्य संस्कार नहीं रहते इस कारण समाधि से प्राप्त सिद्धि भी पवित्र संस्कार वाली होती है। इस अध्याय के अन्तर्गत निर्माण चित्त, चतुर्विध कर्म, वासना आदि का बड़ा ही सुन्दर वर्णन मिलता है। इसके अतिरिक्त जीवनमुक्त की मनोवृत्ति पर भी समुचित प्रकाश डाला गया है। अन्त में कैवल्य का स्वरूप बताकर इस अध्याय की समाप्ति के साथ योगसूत्र की भी पूर्णता हो जाती है। पहले के अध्यायों की अपेक्षा यह अध्याय अधिक छोटा है। परन्तु, इसके बिना योग सूत्र की पूर्णता भी नहीं होती। इस कारण इस अध्याय का महत्त्व और अधिक बढ़ जाता है।

अभ्यास प्रश्न भाग–2

1. अति लघु उत्तरीय प्रश्न–
   (क) योग सूत्र के प्रणेता कौन हैं?
   (ख) पतंजलि का महाभाष्य किस ग्रन्थ पर लिखा गया?
   (ग) योग की परिभाषा योग सूत्र में कहाँ मिलती है?
2. एक शब्द में उत्तर दिजिए –
   (क) योग सूत्र के प्रथम भाष्यकार कौन हैं?
   (ख) वाचस्पति मिश्र का योग सूत्र पर भाष्य किस नाम से जाना जाता है?
   (ग) योग सूत्र में कितने अध्याय हैं?
3. रिक्त स्थानों की पूर्ति करें।
   (क) योग सूत्र में कुल .... सूत्र हैं।
   (ख) कैवल्य का वर्णन योग सूत्र के .... अध्याय के अन्तर्गत आता है।

1.5 योग की परिभाषा

अभी तक आप योग सूत्र के ऐतिहासिक पक्षों के साथ–साथ बाहरी स्वरूप को भी जान गए होंगे। योग सूत्र के प्रमुख विषयों में जाने से पहले इसकी बहुत आवश्यकता होती है, कि हम पहले योग सूत्र के बाहरी स्वरूप को ठीक ढंग से जाने लें। आपने अब तक योग के ऐतिहासिक पक्षों के साथ–साथ योग सूत्र के रचनाकार, भाष्यकार एवं योग सूत्र की विषय वस्तु से भी परिचय प्राप्त कर लिया होगा। यहां पर योग सूत्र के अन्तर्गत योग की

परिभाषा पर विचार करने से पहले हम विभिन्न मतों में योग की परिभाषा पर विचार करेंगे जिससे बाद में योग सूत्र में दी गयी परिभाषा पर विस्तृत प्रकाश डाल सकेंगे।

1.5.1 विभिन्न मतों में योग की परिभाषा :

विभिन्न ग्रन्थों में योग की परिभाषा अलग–अलग ढंग से दी गयी है। जो उनके सिद्धान्तों के अनुरूप योग की स्थिति को प्रकट करती है। भगवद्गीता में योग की कुछ महत्त्वपूर्ण परिभाषाएं दी गयी हैं, जिनमें *योगः कर्मसु कौशलम्* और *समत्वं योग उच्यते* प्रमुख रूप से बतायी जाती है। पहली वाली परिभाषा बड़ी गंभीर है, क्योंकि कर्मों में कुशलता ही योग है। ऐसा अर्थ पहले देखने पर आता है, परन्तु ध्यान से समझने पर पता चलेगा कि कुशलता पूर्वक कर्म करना ही योग है। जिसमें आसक्तिरहित निष्काम कर्म ही इसकी श्रेणी में आते हैं।

दूसरी परिभाषा में सर्वत्र समान स्थिति में बने रहना योग है। इसका अर्थ यह हुआ कि चाहे लाभ हो, हानि हो, सुख हो या फिर दुःख सभी स्थितियों में समभाव रहना योग का लक्षण बताया गया है। यह दोनों परिभाषाएं योग की अभिव्यक्ति गीता के सन्दर्भ में करती है। गीता की प्रसिद्धि की तरह ये दोनों परिभाषाएं भी योग के क्षेत्र में बहुत प्रसिद्ध हैं। अब अन्य परिभाषाओं पर विचार करें–

सर्वप्रथम यह जान लें कि योग शब्द का स्वयं में क्या अर्थ हो सकता है। योग शब्द पाणिनी अष्टाध्यायी में तीन स्थानों पर अलग–अलग रूप से व्यक्त किया गया है। यह तो आप जानते ही होंगे कि संस्कृत के सभी शब्द किसी न किसी 'धातु' (Root word) से निकलते और धातु के अनुरूप ही उनके अर्थ भी होते हैं। ठीक इसी प्रकार से योग शब्द भी 'युज' धातु से बना है। पाणिनी के धातु पाठ में इसे तीन जगह प्रयुक्त किया गया है। जिसमें इसे निम्न तीन प्रकार से व्यक्त कर सकते हैं–

1. युज् – समाधौ 2.युजिर् – योगे 3.युज – संयमने

इन तीनों धातुओं से योग शब्द के तीन अर्थ सामने आते हैं। पहले युज् धातु का अर्थ 'समाधि' से है अर्थात योग का अर्थ समाधि हुआ। दूसरे प्रयोग में युज् धातु का अर्थ 'जोड़ने' से है। अब योग का अर्थ जोड़ना हुआ। तीसरे और अंतिम प्रयोग में युज् धातु का अर्थ संयम से है। जिसके अनुसार योग का अर्थ संयमन होता है। लगभग सभी शास्त्रों में योग का प्रयोग इन्हीं तीन अर्थों में किया जाता है। विभिन्न मतों में योग की परिभाषाएं जानकर यह आसानी से पता लगाया जा सकता है कि यहां किस रूप में योग शब्द का प्रयोग और व्यवहार किया जा रहा है।

'सात्वत संहिता' नामक ग्रन्थ में शाण्डिल्य के अनुसार– आत्मा और परमात्मा के स्वरूप को जानना योग है। इसी प्रकार सिद्धसिद्धान्त पद्धति में– आत्मा और परमात्मा का मिलन योग है। तन्त्र ग्रन्थों को देखने से पता चलता है कि वहां जीव को आत्मा और शिव को परमात्मा के रूप में बताया गया है। तन्त्र के अनुसार जीव और शिव का एकरूप हो जाना ही योग है। इस प्रकार से ये परिभाषाएं लगभग एक ही ओर झुकी हुई लगती हैं। अब आप यह समझ सकते हैं कि विभिन्न ग्रन्थों में योग की परिभाषा एक जैसी ही प्रतीत होती है। परन्तु, कुछ विद्वानों के मतों को देखने के बाद ऐसा लगेगा कि योग को किसी एक परिभाषा विशेष के द्वारा नहीं समझाया जा सकता।

श्री अरविन्द के अनुसार– सम्पूर्ण जीवन योग है। अरविन्द आश्रम की ही श्री माँ योग को मनोविज्ञान की दृष्टि से परिभाषित करते हुए कहती है– योग आध्यात्मिक मनोविज्ञान है। योग को इस प्रकार परिभाषित करने से यह सिद्ध होता है कि योग मन और मन की

अनन्त गहराई से सम्बन्धित है। मन को जानने और समझने का विज्ञान, मनोविज्ञान है और योग इस मनोविज्ञान को और अधिक समृद्ध कर देने वाला ज्ञान।

इस प्रकार विभिन्न मतों में योग की परिभाषा को देखने से लगता है कि योग वहां केन्द्रिय साधन के रूप में विद्यमान है। योग जीवनशैली, साधना और उनके दर्शन का वह हिस्सा है जिसके बिना विभिन्न दर्शन और साधना विज्ञान अधूरे से दिखाई देते हैं। यह आप केवल परिभाषाओं के ही माध्यम से समझ सकते हैं।

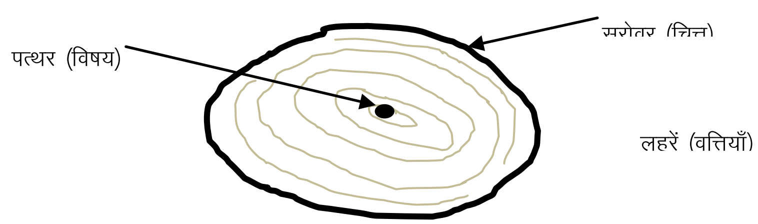
1.5.2 योग सूत्र में योग की परिभाषा :

अन्य ग्रन्थों की भांति योग सूत्र क्योंकि योग पर ही आधारित है, अतः वह प्रारम्भ में ही योग को परिभाषित करता है। समाधि पाद में योग की परिभाषा कुछ इस प्रकार बतायी गई है–

योगश्चित्तवृत्ति निरोधः ।। (पातंजल योग सूत्र, 1/2)

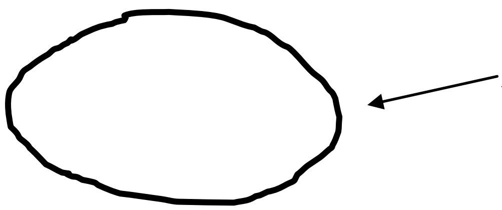
योग, चित्त वृत्तियों का निरुद्ध होना है। अर्थात् योग उस अवस्था विशेष का नाम है, जिसमें चित्त में चल रही सभी वृत्तियां रूक जाती हैं। यदि हम और अधिक जानने का प्रयास करें तो व्यास–भाष्य मे हमें स्पष्ट रूप से ज्ञात होता है कि योग समाधि है। इस प्रकार जब चित्त की सम्पूर्ण वृत्तियां विभिन्न अभ्यासों के माध्यम से रोक दी जाती है, तो वह अवस्था समाधि या योग कहलाती है। यहाँ ध्यान देने योग्य बात यह है, कि योग को परिभाषित करने के लिए युज् धातु के कौन से अर्थ का प्रयोग किया गया है। जैसा कि आपने पहले देखा, युज् धातु तीन अर्थों में प्रयुक्त होती है। यहाँ युज् धातु समाधि अर्थ में प्रयोग हो रही है। अतः योग की परिभाषा के लिए यहां युज् समाधौ वाला प्रयोग ठीक है।

हमारा चित्त तरह–तरह की वस्तुओं, दृश्यों, स्मृतियों, कल्पनाओं आदि में हमेशा उलझा रहता है। इन दृश्यों, स्मृतियों, कल्पनाओं, वस्तुओं आदि को वृत्ति भी कहा जा सकता है। इन सभी विषयों को हम अगले अध्यायों में और अधिक स्पष्ट करेंगे। यहाँ पर आपको समझाने के लिए केवल इतना बताना चाहते हैं कि जब हमारा चित्त इन सभी वृत्तियों से बाहर आ जाता है, या जब चित्त में किसी भी प्रकार की हलचल नहीं होती तब वही स्थिति योग कहलाती है। इसमें बहुत से स्तर आते हैं। इन स्तरों को योग में विभिन्न उपलब्धियों के माध्यम से समझा जा सकता है। अंतिम उपलब्धि जिसमें की चित्त में कोई भी हलचल न हो, वह एक शान्त सरोवर की भांति हो, ऐसी स्थिति को चित्त का समाधि में होना कहलाता है। यही स्थिति योग भी है क्योंकि ऊपर हम बता आए हैं कि योग को ही समाधि कहा गया है। यहां ध्यान देने की बात यह है कि योग को समाधि पातंजल योग में कहा गया है। अन्य ग्रन्थों में योग की परिभाषा उन ग्रन्थों के अनुसार अलग हो सकती है। अतः सारांश में हम यह कह सकते हैं कि पातंजल योग सूत्र में योग, चित्त की सम्पूर्ण वृत्तियों का निरोध है या चित्त का बिलकुल शान्त हो जाना है जो समाधि की अवस्था भी कहलाती है।



चित्र : 4

विचलित चित्त (सामान्य मनुष्य का चित्त)



चित्र : 5

निस्तरंग चित्त (योगी का चित्त)

अभ्यास प्रश्न भाग–3

1. अति लघु उत्तरीय प्रश्न–
   (क) योग शब्द संस्कृत की किस धातु से बना है?
   (ख) 'युज समाधौ' का क्या अर्थ होता है?
2. लघु उत्तरीय प्रश्न–
   (क) श्री अरविन्द के अनुसार योग की क्या परिभाषा है?
   (ख) पातंजल योग सूत्र में योग की परिभाषा क्या है?

1.6 सारांश

इस इकाई का अध्ययन करने के बाद अब आप समझ गए होंगे कि योग हमारी प्राचीन सभ्यता का अंग था। सिन्धु घाटी, मोहनजोदड़ों आदि ऐतिहासिक स्थलों की खुदाई से प्राप्त अवशेष इस बात को पूर्ण रूप से सिद्ध करते हैं। इसके बाद भी बहुत से ऐसे सन्दर्भ प्राप्त होते हैं जिनसे हमें योग की प्राचीनता का पता चलता है। योग उत्खनन से प्राप्त अवशेषों में ही नहीं अपितु ग्रन्थों में भी दिखाई देता है। जिससे इसकी प्राचीनता ही नहीं अपितु प्रामाणिकता का भी पता चलता है। ऋग्वेद, जो कि विश्व इतिहास की सबसे प्राचीन पुस्तक कही जाती है, उसमें भी योग के सन्दर्भ मिलते हैं। जिसके बहुत से प्रमाण हमने इकाई की शुरुआत में दिए।

वेदों के साथ–साथ हमारे यहां पुराण, उपनिषद एवं अन्य प्रमुख दार्शनिक सम्प्रदाय भी विकसित हुए। आप पीछे जान चुके होंगे कि वेदों की आधारशिला पर विकसित हुए विभिन्न दार्शनिक सम्प्रदायों और मतों में योग की एक महत्त्वपूर्ण भूमिका रही है। विभिन्न मतों में योग को तरह–तरह से परिभाषित किया गया है। जिसके योग की व्यापकता का पता चलता है, कि उन्होंने योग को एक दार्शनिक और व्यवस्थित स्वरूप प्रदान करने का सबसे बड़ा कार्य किया।

हिरण्यगर्भ नामक ऋषि भले ही योग के प्रवर्तक माने जाते हैं। परन्तु महर्षि पतंजलि का कार्य सबसे महत्त्वपूर्ण रहा। उनका योगदान भारतीय दर्शन के क्षेत्र में सबसे बड़ी उपलब्धि कहा जाए तो उचित ही होगा। हालांकि उनके जीवन से जुड़े प्रमाण अभी तक सही रूप में उपलब्ध नहीं हो पाये हैं, जिस कारण उनके जीवन के विषय में कई सारे संदेह उत्पन्न होते हैं। इतिहासकारों, संस्कृत के विद्वानों, शोध कर्त्ताओं के द्वारा जितनी जानकारी मिलती

है उसीको व्यवस्थित ढंग से हम बता चुके हैं। जिसके द्वारा महर्षि पतंजलि का संक्षिप्त परिचय प्राप्त किया जा सकता है।सबसे महत्त्वपूर्ण विषय पातंजल योग सूत्र की सम्पूर्ण विषय वस्तु को जानने का है। बिना योग सूत्र की विषय वस्तु को जाने इसका प्रारम्भ करना अनुचित होगा। अतः यह आवश्यक है, कि योग सूत्र की विषय वस्तु के साथ–साथ, ऐतिहासिक दृष्टि से इस पर विभिन्न भाष्यों की भी संक्षिप्त जानकारी मिल सके। जिसका प्रस्तुत इकाई में उपयुक्त वर्णन किया गया है।

इसके अतिरिक्त विभिन्न मतों में योग की परिभाषा के साथ योग सूत्र में योग की परिभाषा के महत्त्वपूर्ण बिन्दु पर विस्तार से विचार किया गया है। जिससे योग सूत्र में योग की परिभाषा को तुलनात्मक दृष्टि से समझा जा सकता है। इस प्रकार संक्षिप्त रूप में योग सूत्र की विषय वस्तु के साथ–साथ योग की परिभाषा को बहुत अच्छे ढंग से जाना जा सकता है। प्रस्तुत इकाई के द्वारा योग के महत्त्व और भारतीय दर्शन में पातंजलि योग सूत्र के स्थान को भी ठीक–ठीक समझा जा सकता है।

1.7 पारिभाषिक शब्दावली

सांख्य – एक प्राचीन दर्शन जिसकी शुरुआत कपिल के द्वारा हुई। यह दर्शन योग दर्शन के समान विचारधारा वाला है। इस कारण कभी–कभी इन दोनों दर्शनों को साथ–साथ सांख्य योग भी कहा जाता है।

अवैदिक – वेदों को न मानने वाले दर्शन अवैदिक कहलाते हैं। इनमें बौद्ध, जैन और चार्वाक दर्शन आते हैं।

उपदेष्टा – उपदेश करने वाला।

भाष्य – किसी भी ग्रन्थ विशेष पर लिखी जाने वाली विस्तृत विवेचना भाष्य कहलाती है। पातंजल योग सूत्र में केवल कुछ सूत्र दिए गए हैं जो कि बहुत कम शब्दों के प्रयोग से लिखे गए हैं। उन्हें विस्तार से समझाने के लिए विद्वानों ने उन पर अपने विस्तृत विचार प्रस्तुत किए जो बाद में उनके भाष्यों के रूप में प्रसिद्ध हुए।

विषय–वस्तु – किसी ग्रन्थ में उपलब्ध सामग्री का संक्षेप में प्रस्तुतिकरण।

सूत्र – कम से कम शब्दों में, बिना किसी प्रकार संदेह उत्पन्न किए किसी सिद्धान्त विषय को लिखना सूत्र कहलाता है। पातंजल योग सूत्र में इसी प्रकार कुछ शब्दों का प्रयोग कर इस प्रकार के सूत्र लिखे गए हैं जो बहुत बड़े दार्शनिक विचारों को प्रस्तुत करते हैं।

चित्त – पातंजल योग सूत्र में मन का पर्यायवाची शब्द। चित्त यहां पूर पूरे अन्तःकरण का भी द्योतक (द्वितीय इकाई में चित्त के विषय पर विस्तृत विवेचना की जायेगी)।

1.8 अभ्यास प्रश्नों के उत्तर :

(उत्तर) अभ्यास प्रश्न भाग–1

1. (क) सिन्धु घाटी की सभ्यता

   (ख) हिरण्यगर्भ

   (ग) ऋग्वेद

2. (क) कपिल

(ख) पातंजल योग सूत्र

(उत्तर) अभ्यास प्रश्न भाग–2

1. (क) महर्षि पतंजलि

(ख) पाणिनी अष्टाध्यायी

(ग) महर्षि व्यास

2. (क) तत्त्व वेशारदी

(ख) चार

(ग) 195

3. (क) कैवल्य पाद

(ख) समाधि पाद, 2 सूत्र

(उत्तर) अभ्यास प्रश्न भाग–3

1. (क) 'युज्' धातु से

(ख) योग का अर्थ समाधि है।

2. (क) सम्पूर्ण योग ही समाधि है।

(ख) योग का अर्थ चित्त वृत्तियों का निरुद्ध होना है।

1.9 सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. श्री वास्तव, डॉ॰ सुरेशचन्द्र,(2008) पातंजलयोग दर्शनम्, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी

2. मिश्र, डॉ॰ जगदीशचन्द्र, (2008) भारतीय दर्शन, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी

3. दासगुप्त, सुरेन्द्रनाथ (2008) भारतीय दर्शन का इतिहास भाग–1 अनु॰ कलानाथ शास्त्री व सुधीर कुमार, राजस्थान हिन्दी ग्रन्थ अकादमी, जयपुर

4. तीर्थ, स्वामी ओमानंद, (सम्वत्–2054), पातंजल योग प्रदीप, गीता प्रेस, गोरखपुर

1.10 सहायक/उपयोगी पाठ्य सामग्री

1. योगाभ्यास का मूलाधार, लेखक – स्वामी शिवानंद, प्रकाशक – दिव्य जीवन संघ प्रकाशन

2. योगदर्शन, लेखक– परमहंस निरंजनानंद, प्रकाशक – श्री पंचदशनाम परमहंस अलखबाड़ा, बिहार
3. कल्याण का योगांक, प्रकाशक – गीताप्रेस गोरखपुर
4. विवेकानंद साहित्य, भाग 3 व 4, प्रकाशक – अद्वैत आश्रम, कोलकत्ता
5. योग मीमांसा, त्रैमासिक शोध पत्रिका, प्रकाशक – कैवल्य धाम लोनावला, महाराष्ट्र
6. http://hinduebooks.blogspot.com
7. http://www.hindudharmaforums.com
8. http://sanskritdocuments.org
9. http://archive.org

1.12 निबन्धात्मक प्रश्न

प्रश्न 1. योग सूत्र के प्रणेता का परिचय देते हुए इसके ऐतिहासिक महत्व को भी स्पष्ट कीजिए।

प्रश्न 2. योग सूत्र की विषय वस्तु का वर्णन कीजिए।

प्रश्न 3. विभिन्न मतों के अनुसार योग की परिभाषा को स्पष्ट करें।

प्रश्न 4. योग सूत्र के अनुसार योग की परिभाषा की व्याख्या कीजिए।